

رشيدة أمهاوش

الأسماك



تغلي الكراث و الكرّاقس، تغسلهما و تقطعهما إلى قطع صغيرة،
تقشر الجزر و البطاطس، تغسلهما و تقطعهما إلى مكعبات صغيرة.

تقطع هبرة السمك إلى قطع متوسطة الحجم ثم تحمرها
في الزبدة المذابة.

تزيل قطع السمك المحمرة و تضعها جانباً مع إبقاء
الطنجرة فوق النار.

تضيف الخضار المقطعة إلى الزبدة المذابة في الطنجرة،
تترك قليلاً من الملح و الإبرار ثم تحرك قليلاً.

تضيف الدقيق الأبيض و تحرك قليلاً لمدة دقيقتين
ثم تصب الماء، تغلي الطنجرة و تدع الكل يطهى لمدة
15 دقيقة.

تضيف القشدة الطرية، القمحون المقشر، قطع السمك
المحمرة، الملح، الإبرار و البقدونس المفروم، تحرك
بمهل و تترك الطنجرة تغلي لمدة 3 دقائق، يقدم الحساء
ساخناً.

- جبشتر من الكراث (البصل)
- فص من الكرّاقس
- جبشتر من الجزر
- جبشتر من البطاطس
- 250 غ من هبرة السمك
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملح و إبرار
- ملعقة كبيرة من الدقيق الأبيض
- لتر و ربع من الماء
- ملعقتان كبيرتان من القشدة الطرية
- رقائق متوسطة من القمحون المقشر
- ملعقة كبيرة من القمحون المقشر



حساء صيني

طريقة التحضير



تغسل الكراث، وتغسله وتقطع إلى دوائر صغيرة،
تحمرة في طنجرة مع الزيتة و ترشه بالملح و الإبرار.
تضيف قطع الدجاج، حبة البطاطس مبسوطة و مقشرة
ثم تصب لثرا و ربع من الماء. تترك الكل يطهى لمدة 30
دقيقة تقريبا.

بعد ذلك نزيل البطاطس، من الطنجرة، مع قليل من الحرق و نطحنها بالطعانة الكهربائية
ثم نرجعها إلى الطنجرة.



نقشر الفصوص، نضع القشرة في كاسورول مع كلى
كبير من الماء المغلي لمدة ثقيقتين ثم تصفيها و نلغ
الماء في الطنجرة.



نطرب الشعيرة الصينية في الماء الساخن، عندما
تلين نصفيها و نقتطعها، نطرب الفطر الأسود في الماء
الساخن، تغسله و نصفيه ثم نقطعها.



نضيفها إلى الطنجرة مع البورس المبكوك، الفصوص
و الحماير. نضيف قطع السمك الأبيض و نطفي الطنجرة
فوق النار من 10 إلى 15 دقيقة. نضيف صلصة
الصوجا، الصلصة الحارة ثم البقدونس المقروم،
نحرك ثم نقدم الحساء ساخنا.

- حبة كرات (بورس)
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة
- ملح و إبرار
- 200 غ من صدر الدجاج مقطع
- قطعاً صغيرة
- حبة بطاطس
- لثرا و نصف من الماء
- نصف كرتلو من الفصوص
- كيس صغير من الشعيرة الصينية (100 غ)
- نصف كيس من الفطر الأسود (10 غ)
- حبة جزر مبكوك
- لثالة صغيرة من الخبز (كلها)
- لثالة مبسوطة من قطع السمك الأبيض
- ملعقتان كبيرتان من صلصة الصوجا
- قليل من الصلصة الحارة (طبايسكو)
- ملعقة كبيرة من البقدونس المقروم



شوصون بالسمك

- زيت لتقلي
- الحشوة :
- حبة من البصل مقطعة لقطعاً صغيرة
- ملحقات كبريتات من الزيت
- فصان ثوم مفرومان
- رافعة صغيرة من الكرنبي (الكورن) مسكوك
- في حباتك ذات ثوب كبيرة
- نصف حبة من الفلفل الأخضر مقطع
- قطعاً صغيرة
- نصف حبة من الفلفل الأحمر مقطعة
- قطعاً صغيرة
- ملح و إيزار
- ملحقة صغيرة من التخميرة
- ملحقة صغيرة من الكمون
- حبة طماطم
- حبة جزر
- حبة فرع
- 200 غ من الفصون المقشر
- 200 غ من هبرة السمك
- ملحقات كبريتات من الزبدة
- العجين :
- نصف كيلو من الدقيق
- بهشة
- الملح
- كوب من خميرة الحلوى
- كأس صغير من الماء الدافئ

طريقة التحضير :



الحشوة : في طنجرة نجمر البصل في الزيت حتى يصبح لونه شفافاً، نضيف الثوم، الكرنبي، الفلفل الأخضر و الأحمر، الملح، الإيزار، التخميرة و الكمون ثم نحرك الكل لمدة 5 دقائق.



ننشر الطماطم، نزيل لها البذور و نقطعها إلى مربعات صغيرة، نقشر الجزر و الفرع ثم نحكمها في حباتك ذات ثوب كبيرة، نضيف هذه الخضار إلى الطنجرة و نترك الكل يتقلى دون التوقف عن التحريك.



نضيف الفصون المقشر إلى الطنجرة و نحرك قليلاً لمدة 5 دقائق.



نصف هبرة السمك في صليحة فرن و الزبدة ثم نرش قليلاً من الملح و الإيزار، ندخلها إلى الفرن حتى تلمهي، نقطعها إلى قطع صغيرة ثم نضيفها إلى الطنجرة، نحرك بمهل ثم نزيل الطنجرة من فوق النار.



العجين : في إناء نخلط كلا من الدقيق، البيض، الملح، الخميرة و الماء الدافئ، ذلك جيداً حتى نحصل على عجين لين ثم نغسل به كويرات متوسطة الحجم.



فوق طاولة مرشوشة بقليل من الدقيق، نوريق كويرات العجين بالسك سمك 0.5 سم ثم نضع مقدار ملحقة كبيرة من الحشوة في الوسط و نثني عليها العجين.



نقطع بجرارة العلوي للمصول على شكل هلال و بنفس الطريقة ننهي باقي الحشوة.



نقلي الشوصون في حمام زيت ساخن و نلقيه من الجهتين ليتحمروا، نضعه فوق ورق التشيف ثم نقرعه ساخناً.

كويرات السمك بالبطاطس

- نصف كيلو من سمك الميرلا
- نصف كيلو من البطاطس
- ملعقة كبيرة من القودونس المغموس في الزبد
- 3 قسوح ثوم مهروس
- الملح
- ملعقة صغيرة من التخميرة
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- بيضة مخفوقة
- زلابة من السمينة الزليخة
- زيت لتقلي

طريقة التحضير :

نفسل سمك الميرلا جيدا، نقرعه ثم نزيل الشوك،
بملعقة نبدأ في فصل اللحم عن جلد السمك نقرم
اللحم بشوكة أو باليد.

تسلق البطاطس، نقشرها و نقطعها ثم نطحنها
والطحانة اليدوية أو نضعها في صحن و نطحها
بالشوكة.

في إناء، نضع كافة السمك، تصيف لها البطاطس
المخفوقة، القودونس المغموس، الثوم المهروس، الملح،
التخميرة و الكمون ثم نخلط الكل جيدا و نحضر
كويرات على شكل أسطوانتي.

نضع الكويرات في البيض المخفوق، نلقها في السمينة
و نلقها في حمام زيت ساخن، نلقها من جميع الجهات
لنحمر ثم ننشفها فوق ورق التشنيف و نقدمها ساخنة
مع السمك المقلي أو المشوي.



النيم (ملحات صينية)

طريقة التحضير :



1. تقشر الجزر، تقسله و تحكه في المكنكة، تقشر الكراث، تقسله و تقطعه إلى دوائر ثم تحمره قليلا في الزيت و الزبدة، نضيف الجزر المبشور، نرش بالملح و الإبرار و ندرك. نزيل المقلاة من فوق النار عندما تنحمر الخضار.

2. في إناء، نضع الفطر الأسود في الماء الساخن لينتفخ، نقسله جيدا (كي يزال منه الرمل) و نقطعه قطعاً صغيراً، نحتفظ به.

3. في إناء آخر، نطرب الشعيرة الصينية في الماء الساخن، نصفيها و نقطعها، نحتفظ بها.

4. نصيف كلا من القمح، الفطر، الشعيرة الصينية، البندونس المقروم و الهريسة إلى الفطر الموجودة في المقلاة ثم نخلط الكل فوق النار.



5. نخبز هيرة السك في الكسكاس، نقطعها إلى قطع صغيرة و نخفيها بالخطوط مع صلصة الصوجا ثم نحرك قليلا و بهمل.

6. نيسب ورقة البسطة، ندعنها بقليل من الزبدة المذابة و نضع فوقها مقدار ملعقتين كبيرتين من الحشوة.

7. نشي الجانبين الأيمن و الأيسر حتى تصير الورقة على شكل مستطيل ثم نشرع في طيها على شكل ميكان، نصلق نحر الورقة بخليط التفيق و الماء.

8. نلقي النيم في حمام زيت ساخن و نقليها لتتدبر من جميع الجهات، نضعها فوق ورق التشفيف لينشرب الزيت.

نقدم ساخنة.

- 750 غ من ورقة البسطة
- 20 غ من الزبدة اللينة
- خلط ملععة كبيرة من المايونيز
- و 5 ملاعق كبيرة من اللحم
- زيت لتقلي
- الحشوة :
- حبة من الجزر
- 3 حبات من الكراث (المحروا)
- ملععة كبيرة من الزبدة
- ملععة كبيرة من الزيت
- ملح و إبرار
- 11 حبات من الفطر الأسود
- 100 غ من الشعيرة الصينية
- نصف كيلو من الفمرون المنقى
- ملعقتان كبيرتان من البندونس المقروم
- ملععة صغيرة من الهريسة
- 300 غ من هيرة السمك
- 4 ملاعق كبيرة من صلصة الصوجا



مملحات بالطون

طريقة التحضير:



الحشوة : نقشر البصل، نقطعه إلى قطع صغيرة و نحرره في مقلاة مع الزيت، الملح و الإيزار. نضيف الطون و قطع الزيتون الأسود ثم البقسماط. نحرك النمل لمدة 3 دقائق.



نسط ورقة البسبيلة و ندهنها بقليل من الزبدة المذابة. نضع مقدار ملعقة كبيرة من الحشوة فوق الورقة و نرش بقليل من الجبن المنزعم.



نشي جانبي الورقة، الأيمن و الأيسر، كي لا تتسرب الحشوة، نشرح في طي الورقة على شكل مستطيل ثم نلفق اخرها بغطيت النعيق و الماء أو بيضة مخفوقة.



في انية فرن مدونة بالزيت، نصلف مستطيلات الطون، ندهنها بالزبدة المذابة و نرشها بالجبن المنزعم ثم ندخلها الفرن حتى تحمر. نلقمها ساخنة.

الحشوة:

- نصف كيلو من ورقة البسبيلة
- نصف رافعة من الزبدة المذابة
- 200 غ من الجبن المنزعم
- غليظ ملعقة كبيرة من الدقيق
- 3 ملاعق كبيرة من الماء
- حبلى من البصل
- ملحفلان كبيرتان من الزيت
- ملح و إيزار
- غليتان من الطون مصفى (75 غ ± 2)
- رافعة صغيرة من الزيتون الأسود، مخفوق
- بيضة



كفتة القصور و الميرلا

حشوة سمك القصور :

- نصف كيلو من القصور
- 3 فصوص من الثوم مفقاة
- بيضة
- ملح
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- ملعقة صغيرة من الشحميرة

- 100 غ من الحن المرقوم

حشوة سمك الميرلا :

- نصف كيلو من سمك الميرلا
- 3 فصوص من الثوم مفقاة
- بيضة
- ملح
- ملعقة كبيرة من عصير الليمون
- ملعقة صغيرة من الشحميرة



طريقة التحضير :

نغسل القصور، نقشره ونضعه في المطحنة الكهربائية. نضيف له الثوم، البيض، الملح، عصير الليمون و الشحميرة ثم نطحن الكل.

نقشر ألية قرن بوريق الألتنيوم و نضع فيها خليط القصور المطحون. نيسطه جيدا، نرشه بالحبون المرقوم و نحفظ به في التلاجة.

نغسل سمك الميرلا جيدا، نغرقه ثم نزيل الشوك و بملقعة نفصل اللحم عن العظام.

نضع لحم الميرلا في المطحنة الكهربائية. نضيف له كلا من الثوم، البيض، الملح، عصير الليمون و الشحميرة ثم نطحن الكل.

نخرج الألية من التلاجة و نغرق فيها سمك الميرلا المطحون ثم نيسطه.

نغطي الألية بوريق الألتنيوم ثم نضعها في حمام مريم* و ندخل الألية إلى الفرن لمدة 40 دقيقة ثم نقدمها.

*حمام مريم : نغرق الماء في سبطية فرن دون ان نغلقها، و نضع الألية فوق الصبطية ثم ندخل الكل إلى الفرن.



قضبان السمك بقشرة الحامض

قضبان السمك بصلصة الصوجا

- 300 غ من هبرة السمك
- ملعقة صغيرة من قشرة الحامض المحكوة
- ملح و إزراق
- ملعقة صغيرة من الثوم المهروس
- ملعقة كبيرة من عصير الحامض
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم
- نصف ملعقة صغيرة من الخبز المبروم
- ربع حبة فلفل أحمر
- ربع حبة فلفل أصفر
- ربع حبة فلفل أصفر
- للتقديم :
- الخضر (أجن قرق و بطاطس)
- أرز مسلوق

- 300 غ من هبرة السمك
- ملعقة كبيرة من زيت الزيتون
- نصف ملعقة صغيرة من التوابل
- ملح و إزراق
- فلفل ثوم مهروس
- ملعقة صغيرة من الخبز المبروم
- ملعقة كبيرة من صلصة الصوجا
- 150 غ من الطماطم الصغيرة
- للتقديم :
- الأرز بالماء

طريقة التحضير :

طريقة التحضير :

تغسل هبرة السمك جيدا، وتقطعها إلى مكعبات متساوية ثم نضيف لها كلا من زيت الزيتون، الرنجيل، الملح، الإزراق، الثوم المهروس، عصير الحامض ثم البقدونس و الخبز المبروم، نخلط الكل جيدا و نحتك به في الخلاطة لمدة ساعة لتتقرق قطع السمك.

تغسل الفلفل، نزيل الجانبين و البذور ثم نقطعه إلى مربعات تركبها مع هبرة السمك في القضبان الخشبية الخاصة بالشواء، نشويها و نقدمها في حينها مرفوقة بالأرز و الخضر المحكوة و المحمرة في قليل من الزيت.

تغسل هبرة السمك و تقطعها إلى مكعبات متساوية، نضيف لها كلا من زيت الزيتون، الرنجيل، الملح، الإزراق، الثوم المهروس، الخبز المبروم و صلصة الصوجا ثم نخلط الكل جيدا. نغطي الأنية و نحتفظ بها في الخلاطة لمدة ساعة لتتقرق قطع السمك في الصلصة.

نركب قطع السمك في القضبان مع حبات الطماطم الصغيرة ثم نشويها و نقدمها في حينها مرفوقة بالأرز أو بالخضر.



سمك بالقشدة الطرية

- سمكة من وزن 1.5 كغ
- ملعقتان كبيرتان من الثوم المهروس
- ملعقة صغيرة من الخبث المبروم
- ملح و إيزار
- ملعقتان كبيرتان من الزعير المبروم
- ملعقتان كبيرتان من البقدونس المبروم
- ملعقة صغيرة من الخبث المبروم
- عذبة من القشدة الطرية (200 غ)
- نصف حبة فلفل أحمر معكونة
- عذبة من القطار المقطع (150 غ)
- سمكة من وزن 1.5 كغ
- ملعقتان كبيرتان من الثوم المهروس
- ملعقة صغيرة من الخبث المبروم
- ملح و إيزار
- عصير حامض
- ملعقة كبيرة من الزبدة
- ورق الألتيوم
- المصلصة
- ملعقتان كبيرتان من الزبدة



طريقة التحضير:

نفرغ بطن السمكة و نزيل أجهتها بمقش ثم نسلقها جيدا، ندمن داخلها بملعقة كبيرة من الثوم المهروس، الحيق المبروم، الملح و الإيزار ثم نسلقها بعصير الحامض.



نوزع فوقها مقدار ملعقة كبيرة من الزبدة و نرشها بالملح، الإيزار و الثوم المهروس ثم عصير الحامض.



نلف السمكة بورق الألتيوم و ندخلها الفرن الساخن درجة حرارته 180° لمدة نصف ساعة تقريبا.



المصلصة : في كاسرول على نار هادئة، نذيب الزبدة، نضيف الثوم المهروس و نصف ضامة البطة. نحرك و نرش قليلا من الملح و الإيزار.



نضيف الزعير و البقدونس المبرومين، الحيق المبروم، القشدة الطرية، الفلفل الأحمر المسحون و النطر. نبقى الكاسرول فوق النار لمدة 10 دقائق دون الكف عن التحريك.



نخرج السمكة من الفرن، نزيل ورق الألتيوم و نضعها في طبق التقديم، نفرغ المصلصة من فوقها و نقدمها ساخنة.

سمكه بصلصة الطماطم و القمحون



- سمكه من وزن 1 كغ و نصف

- 4 حبات من الطماطم

- ملعقة كبيرة من الزيت

- ورق الأندليم

المشوي

- زلالة صغيرة من الفطر الأسود

1 ع من بصري

معلقة صغيرة من الزهرينة

- زلالة صغيرة من الزيتون الأخضر المقطع

البشريه

حلاوة كبيرة من العر

و تفهين البزوني

نصف معلقة صغيرة من الخبز

نصف معلقة صغيرة من الأبرار

- معلقة صغيرة من الحميرة

معلقة صغيرة من الكمون

- قليل من الزعفران اللؤلؤ

5 حصص يوم مهيوسة

طريقة التحضير

الخطوة 1 في بدء نضع الفطر الأسود في الماء ساخن لنتفخ خمسة جيد لكي يزال منه الرطوب و نضعه قطعاً صغيراً.

السريرية في ن نضع كل ما في القدر مهيوس الملح، الأبرار الصغيرة، الكمون، الزعفران، الزوم عصير الطماطم، زيت لينة و زيت بزيون

- عصير نصف حادضة

- كأس صغير من حسنة زيت الزيتون

و زيت اللينة

المصلصة

- كينو و نصف من الطماطم

4 ملاعق كبيرة من الزيت

1 حصص يوم مهيوسة

- ملح و إبرار

- معلقة صغيرة من الكمون

- معلقة صغيرة من الحميرة

معلقة كبيرة من مركز الحمضات

1 ع من القمحون نصف

معلقة كبيرة من الزيت القرم

نفس

المحور مهيوس

نادر من خالط

المعقد مهي



قمرون بصلصة الطماطم crevettes pil-pil



- نصف كيلو من القمح أو الكسندر
- معقشان كبيرين من زيت الزيتون
- نصف كيلو من الطماطم
- معقشان كبيرين من الزيت
- معقشان كبيرين من الزعفران
- البقدونس المفروم
- فصوص ثوم مفرومة
- ملح و بهار
- نصف ملعقة صغيرة من الكمون
- ملعقة صغيرة من الحميرة
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم

طريقة التحضير

نحس الطماطم، نقطعها إلى نصفين، نزيل البذور ونحسها، نضعها في كاسرول فوق نار متوسطة ثم نضيف كلا من زيت الزيتون و البقدونس المفروم، شور، الملح، الإبر، الكون، التخمير ومركز الطماطم، نحرك قليلا و نترك الصلصة تنضج و تتقلص

نأخذ القمح و نضعه في إناء هور ثم نضيف فوقه من الزيت

نحس نصفه فوق القمح و نضعه في القمح بعد 15 دقيقة نأخذ



نحس القمح، نقشره ثم نضعه في ب مع القمح الأسود نهرنسة معقشة شجرة من شجرة و نضع في قوع لأحمر دم نأخذ



نأخذ من السحكة، نزيل الأجمة معقش و نأخذ السحكة جيدا ثم نأخذها بالعدسة و نأخذها بالحبس



نأخذ حبات الطماطم، نقطعها إلى قوع و نضعها في إناء قوع مدقوقة بصلصة كبيرة من الزيت، نضع السحكة و نضعها بياني الشحمة، نأخذها بوري للأحمر و نضعها القوي لمدة 30 دقيقة تقريبا



الصلصة : نأخذ الطماطم، نقطعها إلى نصفين، نزيل البذور و نحسها، نضعها في كاسرول فوق نار متوسطة، نضيف لها الزيت، الثوم، الملح، الإبر، الكون، التخمير و مركز الطماطم، نحرك قليلا، نترك الصلصة تنضج و نأخذها القوي ثم نأخذها القوي



نأخذ القمح و نقشره في مقلاة مع قليل من الزيت، نأخذها بالبحر و نحرك قليلا

نأخذ السحكة من القوي نأخذها في الأسحور و نضعها في قوع نأخذها من السحكة نأخذها من السحكة نأخذها من السحكة

البايالا (Paella)

- نصف كيلو من السمور
- نصف كيلو من بلح البحر
- جنين من البصل مفروم
- ملح و إبرار
- 4 دولاب سميد موسى
- 200 غ من الجاج ممتنع إلى قطع
- زيت
- 1/2 سمور ذوم سمور
- حبة من البصل الأحمر مقطعة قطع صغيرة
- حبة من الطماطم مقطعة قطع صغيرة
- و ممتنع قطع صغيرة
- 2 ملاعق سمور مطبوخة الحجم من الأرز
- قليل من الزعفران
- 2 ملاعق سمور مطبوخة من حبات البقلان
- الحبة
- 1/2 ج من البصل المفروم
- 200 غ من حبة السمكة الأبيض
- ممتنع إلى ممتنع صغيرة
- نصف حبة البصل بكمية الجاج
- سمور
- قطعة كبيرة من الزيت
- قطعة صغيرة من البصل
- شرائط من السمور بالأوراق صغيرة

طريقة التحضير

نحضر سمور، نحتفظ ببضع الحبات للزيت، 6 حبات تقريبا (والبصل) نضع مقشرة في كاسور مع كسب كبيرين من ماء أعلى مدة دقيقة ثم نصفيها و نحفظ بالزيت جانباً

نحضر بلح البحر، نزيل به الشعر ثم نغسله بالرشاش جيداً، نغسله و نضعه في كاسور، نصفي له ممتنع كبيرين من البصل المفروم، الملح، الإبرار ورقبي سيداً موسى و كسب كبيرين من الماء ثم نغليه مدة 10 دقائق

نصفي بلح البحر (نأخذ الحبات المتوسطة قليلاً فقط) و نحتفظ بالزيت جانباً

في مقلاة كبيرة حادة بايالا، نضع قطع الجاج مع باقي البصل و الثوم في ممتنع كبيرين من الزيت ثم نرش بالملح و الإبرار حتى يذوب في السمور

نضع سمور، نحتفظ بقليل من ماء نضعه في كاسور، نضعه في كاسور مع كسب كبيرين من ماء أعلى مدة دقيقة ثم نصفيها و نحفظ بالزيت جانباً

نصفي الأرز، نصفي قطع الجاج ثم نغسله بالرشاش جيداً، نغسله و نضعه في كاسور، نصفي له ممتنع كبيرين من البصل المفروم، الملح، الإبرار ورقبي سيداً موسى و كسب كبيرين من الماء ثم نغليه مدة 10 دقائق

نحضر سمور، نحتفظ ببضع الحبات للزيت، 6 حبات تقريبا (والبصل) نضع مقشرة في كاسور مع كسب كبيرين من ماء أعلى مدة دقيقة ثم نصفيها و نحفظ بالزيت جانباً

تُكراتان بـشرايح الصدك

طريقه المحصر



بقدره تقصير نفسه وبفعله في هذه الفترة قصر
تعامه مع زوجة له اذ لم يقطعها في حياته
عشرة مع باقي أفراد في طليعة مع زوجة و
ابن له اذ لم يقطعها في حياته و
ابن له اذ لم يقطعها في حياته

بسم الله الرحمن الرحيم
الحمد لله رب العالمين

مستشفى عرو جبر نجيباظم و نظرد انقلاباً

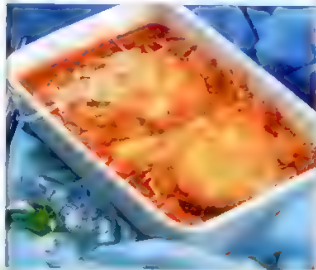
برای تهیه این فرم، با آدرس: info@iranianjournal.com یا تلفن: ۰۲۱-۸۸۸۸۸۸۸۸ تماس بگیرید.

نرسنگی دایچه مقام و دندار لایحه ای لغیر
صاحب طرحه حیدر ۱۸۵۰ء سے ۳۵ دھپلا سم بقدم قبل
تظہیر سے ۱۸۵۰ء

مجلس الجبل في عهد محمد السادس
الملك

501 ع من الطبعات الأولى
مكتبة جامعة القاهرة
مكتبة جامعة القاهرة

فتح و إيراد
لأجل صعوبة من الرئوس الأحصاء للقطع



يفصل الثفل و يقطع إلى مربعات صغيرة يقطعها في
مفلاة فوق نار هادئة مع كل من زيت الزيتون، الملح
و الأرز. تدفئ بمقلية لمدة 6 دقائق وتحرك باستمرار.

عسل القمر في نصف حصة تدفئ في قدر و عسل
ثاني يدق في نصف في قدر مع نصف في
قدر.

حصة 2 تدفئ مع نصف في قدر مع نصف في قدر.

تدق حصة تدفئ مع نصف في قدر مع نصف في قدر.

تدق حصة تدفئ مع نصف في قدر مع نصف في قدر.

حصة تدفئ مع نصف في قدر مع نصف في قدر.

تدق حصة تدفئ مع نصف في قدر مع نصف في قدر.



حبار محشو بالأرز

طريقة التحضير

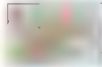


نصلصة بفسن الطماطم، نضعها في نصفي برين
ينوي ثم نحركها، نضيف في كأسون خبث لها
بريت، نقوم ملح الإبرار، نكمون الحشو و مرز
الطماطم نضع انكاسرول فوق النار، نحرك قليلا
و نترك الصنعة لتضيق ثم نضيف لوز

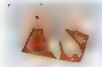
نهي نحا و سنضع حشوة الجود مع ع من نثار مر شف نصت لم نصفا مع
حشة بر قطه رقة نضيف في منقة صغيرة من برودة نضعها
نضع نعلق لأحمر و لدايمس مرز في نصه صغيرة



نحشوة نعلق لأرز نصية نضعها في إناء و نخلط
به كلا من نقوم نوزوس، ملح الإبرار، البقدونس
نقوم، نقرن نفس نصه نعلق أ حشر نص
ننغمس نرقد برين لم نخلع اب حشوة نحا
ننضم جيد حتى نضام نضع نضع



نحشو حشو نصا ب نضبط لوز نملأ نثر حتى
لا نغره نهد نصي



أر حنصة نطماطم في ابية لوز ثم نصطف الحبار
لحشو بعد اعلمة بالعيدان النضمة نخلق لأية بر
لوز نضبط لوزاره نده 30 نثاق (بشكل حراف
نصف كأس مر د نص ضرور)

- ملعقة كبيرة من الزعفران

أ كعج من نضام الحبار كمنان

منقعة صغيرة من برودة

حشوة

- ربع حبة من العدس الأحمر

- ربع حبة من الخس الأخضر

- زلقة صغيرة من الأرز

- نصف كوب من الزيتون

- ملح و إبرار

- ملعقة كبيرة من السمسم الحار

- 1/2 غ من الثوم الحار

- نصفه كبيرة من الزيت

نضمة

أ كعج من النضمة

ملاعة كبيرة من الأرز

أ حشوة نوز نوزومة

ملح و إبرار

نضع منقعة صغيرة من السمسم

منقعة صغيرة من النضمة

منقعة كبيرة من الزيت



لعائف سمك الصول بالسمكاس

- حبتان من السمكاس
- 4 ملاعق كبيرة من الزبدة
- ملح و إيزار
- ملحونين كبيرين من القشدة الحامضة
- نصف كوب من شرائح سمك الصول

للمسح

3 حبات من السمكاس

- أوراق النعنع - *feuilles d'ail*
- نصف حبة فلفل أحمر مقطعة إلى قطع صغيرة
- البقدونس المفروم
- سمك الصول

طريقة المحضر

يقطر السمكاس، يصفى و يشرجه، محمرا في مقلاة مع ملحونين كبيرين من أوبدة برش بصل و الإيزار ثم يترك حتى يطهى السمكاس

يصفى القشدة الحامضة و يصفى قليلا

يصفى شرائح السمك، يرشها بالملح و الإيزار ثم يضع فوقها قليلا من قطع السمكاس المحمرا و يترك

يترك فيها بعيدا الحشوية للحفاظ على شكلها أثناء لطهي يصفى قليلا من الزبدة فوق كل معقوف السمك و يصفى بورق الألومنيوم

يصفى لعائف في دمية فرو و تفرغ قليلا من الماء ثم يصفى الفرو سخني بدرجة حرارة 200° لمدة 25 دقيقة



عند السمكاس يترك في ماء مالح و يصفى بعد 15 دقيقة يصفى و يصفى في دمية لوز و يترك في الماء الساخن و يصفى السمك و يصفى في طبق التقديم ثم يترك في الماء الساخن و يصفى السمك و يصفى في طبق التقديم



طريقه المحضر

يغسل سمك الجبلا جيدا، يفرغه ثم يوزل له الشوك
تقطع صغيرة تفصل اللحم عن جلد السمك

تطبخ اللحم بشوكه او بالاصابع حتى يصير كذا
تخلطها مع كل من الارز المستحق القزير البقدونس
بصل، الكزبر، الزم، البهروس و عيشير الحامض
تحمض كرات متوسطه الحجم و تغطى بها في
صاجه

يغسل الطماطم، تقشره ثم يربطه يدق
مع بصيدها في طنجرة بضيف الزيت، الملح و
الكزبر، موزر الطماطم، الزم، الزعتران، سميره
نمر، سمير، ورفه سيد موسى تصنع الصخره
موزر صولف مد 10 دقائق و تحرق على

بضيف الكويرات إلى صحنه الطماطم، يغطي
بطنجرة و تدهن تطهى على نار هادئة مدة 5 دقائق
تقدم الكويرات مرفوقه بصحنه الطماطم و موزر
بالقدوس

- ربع كيلو سمك من الزيت

- ملح و ابرار

- نصف ملعقة صغيرة من الكزبر

صحنه كسره من مركز الطماطم

فصوص يوم موزر

فصل من البهروس

بصل، صحنه صغيره من السميره

! ملاعق كسره من الزم

و البقدونس تقصير

ورقه بصيده موزر

- البهروس للزهر

750 غ من سمك الجبلا

- زلقة صغيرة من الارز لتصلب في ماء ملح

- 3 ملاعق كبيرة من القزير و البقدونس

مفروم

بصل، صحنه صغيرة من ملح

نصف ملعقة صغيرة من الكزبر

فصوص يوم موزر

عشير نصف صحنه

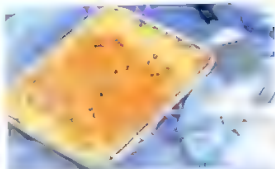
صحنه الطماطم

- نصف كيلو من الطماطم

للزهر



كراتان بالسمنك و الخضر



- | | | |
|---------------------|----------------------------|---------------------------|
| حبات من الفس | الحصول أو غلى الدلاء | مدققة كبيرة من الدقيق |
| - حبة من الكفت | زائلة صغيرة من الحصل الفهر | - ربع لتر من الحليب |
| - حبة من البطاطس | ع من قشر بطاطس | الذبح والبر الأجر |
| لحم صغيرة من خضار | سنته - سبائير | عسل ثوم مهريس |
| 750 ع من حبة السمنك | - مدققة كبيرة من الزبدة | - قشيرة من الكوزة المكسوة |

طريقة التحضير



نفس السمنك، نضعها في الكفت، ونحلقها بمصفاة،
نضعها في ساء من مدققة ناعن من الزبدة ثم نضعها فوقها
قشرة سمنك

صنعة البشاميل، نضع الزبدة في كاسروا حتى نأخذ قشرة ناعن ثم نضعها في ساء
جود مدققة سمنك، نضع السمنك في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء
ذلك، نضع السمنك في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء
فوق ساء



مصفاة البشاميل، نضع السمنك في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء
نضعها في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء نضعها في ساء
حرارة 180° لمدة 30 دقيقة حتى يصبح لونها بنياً ذهبياً

كراتان حبة السمنك بالياغور



- | | | |
|---------------------|----------------------------|---------------------------|
| حبات من الفس | الحصول أو غلى الدلاء | مدققة كبيرة من الدقيق |
| - حبة من الكفت | زائلة صغيرة من الحصل الفهر | - ربع لتر من الحليب |
| - حبة من البطاطس | ع من قشر بطاطس | الذبح والبر الأجر |
| لحم صغيرة من خضار | سنته - سبائير | عسل ثوم مهريس |
| 750 ع من حبة السمنك | - مدققة كبيرة من الزبدة | - قشيرة من الكوزة المكسوة |

طريقة التحضير

نفس السمنك، نضعها في الكفت، ونحلقها بمصفاة،
نضعها في ساء من مدققة ناعن من الزبدة ثم نضعها فوقها
قشرة سمنك



كراثان مرق السمك

نصف كيلو من شرائح السمك

أرز

جبه من الجزر مبشور

جذع صغيرة من البصل مفرومة

خلقة كبيرة من الزبد

لحم بوم بقرص

أوراق نعنع شوية

أفحة من البقدونس

بصل بوم من ماء

صالح و مر

صنعة البشاميل

بشعة كبيرة من الزبد

بشعة كبيرة من دقيق

- قليل من الكزبرة المفرومة

خسف بشعة صغيرة من السميرة

فيل من الصلصة الحارة طماطم

- صنفين كبريتان من الجزر المفروم

- صلصة كبيرة من القشدة الحامضة

بشعة

1/2 غ من الجزر المفروم

طريقة التحضير

أرز : في طنجرة صغيرة فوق نار وضع الجزر كبصل
أرز، أفوم، بقرص، ورق سبنا موسى و بالة من
البقدونس. صب ماء و برش بصل و الجزر ثم امزج
بقي ماء 15 دقائق

بعد ذلك يصلي بخر و صنفنا بأرز

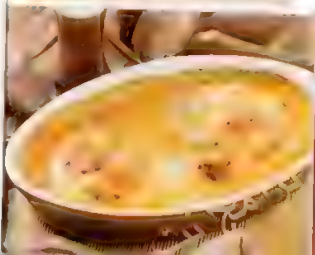
صلصة البشاميل : بأرز منير الزبد في كاسرول على
نار هادئة. صب لها البصل و سكرت جيداً لمدة 15 دقيقة

بشاميل : نكود و أرز الحفط به تدريجاً حتى التوقف عن
الحريك

بشاميل السميرة : الصلصة الحارة و البيض المفروم ثم
القشدة الحامضة يستمر في الحريك حتى يثقل المنيق
و يرفع من فوق النار

بشاميل : شر بح السمك في أنية فرن ثم صب الصلصة
بشاميل

برش بانيجي المفروم و شغل الأنية إلى الفرن المسخن
بدرجة حرارة 180° لمدة نصف ساعة ثم قدم فدا
سالحنا و مرفوعاً بسلطة



محدثشة مالحه

- 24 ورقة مستطيلة من عجينة الكمبر
(140 غ من التريده المدهنه)

اصغر حجمه

الحشوه

- 1 غ من السميره الصعيه
- 1 كغ من الخبز (الكفتار) مفين
- كعج من عره السمده مضطبه
- 1 ملاعق كبيره من التريده
- نصف كاش صغير من زيت الزيتون
- 3 ملاعق صوصطه من البصل المحمر
- 1 عصور يوم مبروسه
- 1 كغ من القمحون النقي و المسلووق
- 140 غ (2 %)
- 1 ملاعق كبيره من السميدوس الحاروم
- 2 ملاعق صغيره من التوابل الصعيه
- 1 ملاعق صغيره من السماق خاصه بالسمك
- 1 المحميره الحارة او التهرينه حسب الموق
- 6 ملاعق كبيره من صلصة الصوجا
- 1 مكعب يمت الصلصة
- 1 عصور نصف حافضه
- ملح
- 1 لوز

طريقة التحضير

هي اد + نطرب سميره بصفتها في 1/2 لسانج بصفتها و نطعمها ثم مضط بها
نصف بشار و حيره سمك هي صعيه قرو... و سمك ملققي كبرى من الزبد سن
مشتل من الملح و الابزر ثم مضطها في نفس حش بطهي سمك نطعم بشار و سمك
الى قطع صغيره



في مقله قرو 1 زيت تريسق و باقي تريده ثم باقي مده 5
بفاق كلا من بيض المحمر، السمك، قطع الحيره، القمحون،
لحم السميره لسمك سقروم نوابل نصيبه
سوار بجاحه، سمك دائويه، بوسه شح 1 لوز
و صلصة صوجا بعد حكد به سمك و مضط



مضط على هذا الحط حيره السمك ثم نطرق عصور
بجاحه و محرك ببحر حش لا يفتك السمك
سمك به حش يبرد

نطعم كل سمك و قار... استطيعه على شكل مربع و مدونه، بالزبد ثم مضطها و حده
الاهري مشاسك مع مضط للحصول على مستطيل طويل



نصع حشوه سمك على شكل خط مستقيم قرو مستطيل
نورق شوي نورق من جانب و مدونه جيداً بالزبد
لذمه ثم نطعمها على الحشوة بمساعدة شخص اخر نكرر
بعلية مرة اخرى حش استماد استماد



في صعيه لرس مدونه بالزبد، نصع قضيب اللقوف
وسط الصلصة بشكل ملفي (بمساعدة شخص اخر حش لا
يفتك جانب القضيب) في حده وجود قضيبين ملتصقين نهاية
أحدهما بالآخر بالاسفل البش ثم نطعم في الصلصة



نقطع نهاية الشريط بمقر و مدونه اسفل المحدثشه ثم نطعم
هذه الأخيرة بالزبد و نطعمها من الطرفين الصمير نورق
حاربه حشوه الى أن تجمد (مدة 25 دقيقه تقريبا)
نطعم ساجه و مريه بابيض نطعم حسب الموق



شرائح السمك بالخبز

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بعضه كينى من سوانح المسجده

فصلنامه علمی پژوهشی، بهار ۱۳۹۵، شماره ۱۰، ۱۰۵-۱۱۸

منطقه كمپو دا اگستويوس اويرام

عريف في اللغة

عزمتك انسى الخمر

مجلس شورای اسلامی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

 $\alpha^2 = 0.05$

والله اعلم بالصواب

المحكمة

الحمد لله رب العالمين

சென்னை, 15 சூன் (ஐ.வி.என்) ஸ்டீல் இண்டஸ்ட்ரீஸ் லிமிடெட் (ஐ.ஐ.எல்) தனது 2017-18 நிதியாண்டின் முதல் காலாண்டு நிறுவன வருமான அறிக்கையை வெளியிட்டுள்ளது. இதில், ஐ.ஐ.எல் தனது வருமானத்தை 15 சதவீதம் அதிகரித்து ரூ. 1,000.50 கோடிக்கு உயர்த்தியுள்ளது. இதில், ஐ.ஐ.எல் தனது வருமானத்தை 15 சதவீதம் அதிகரித்து ரூ. 1,000.50 கோடிக்கு உயர்த்தியுள்ளது. இதில், ஐ.ஐ.எல் தனது வருமானத்தை 15 சதவீதம் அதிகரித்து ரூ. 1,000.50 கோடிக்கு உயர்த்தியுள்ளது.

طريقه انحصار

يعتبر نحمد الله الذي هدانا لهذا الذي كنا على حدة، في حركته و... كبيرة ثم نظفها في مقلادة مع معناه كبره من... الملح الإبرار الفريز والبندوس بفرود ثم محرك الكل هي نظفها قليلا

يُلقى شر مع السمكة في بركة المسبقة مع الثوم، الملح
و الإبر أو ثم عصير حامض، نلقها من جهتي إلى
الآخر، ثم نضغط بها قليلاً نصف بقدونس
نطروم على النار السلي في الخلطة و نحرط

محرر: لواء. ح. حصة المحتصر في علاج الحسنة مع بعض ملاحظات من بعض شيوخها. ١٠



ببجي السمك

طريقة لمحضرة

عجين القلي : في إناء محطط جيدا كلا من الزيت
لأنه ملح لا يترسب سوا خميرة لحسن و أداء
لداخلي إلى أن يحصل على عجين رخوا



نحضر سمك المزلنا بقرعه و نربز برغافه نكسوه
بالدقيق لأنص ثم نغمسه في عجين القلي و نسلط
و نغليه مددوره في حمام زيت ساخن حتى يصير نوره
بعدها موبيه من الزيت و نضعه فوق ورق التشفيف
ليشرب الزيت



بقي العبادر ، نقتعه إلى دوائر و نوشها ببالع (بمخلط
بالأسجة و الرأس لاستعمال آخر مثل الهيللا)
ملف دوائر الجدير في التقيق الأبيض و نغمسها في
عجين القلي ثم نقليها في حمام زيت ساخن مدة 3
دقائق، نضعها فوق ورق التشفيف ليشرب الزيت



نقشر القفرون مع الاحتفاظ بالليل ثم نرشها ببالع
نلعه في تقيق الأبيض، نغمسه في عجين القلي و نغليه
في حمام زيت ساخن مدة 3 دقائق ثم نضعه فوق ورق
التشفيف ليشرب الزيت

نصفه سمك القلي في صحن ، نخدمه مرفوق بصلصة حسب الذوق مع عصا
من نخاع

ملفقه كخميرة و يغ من السمك صابريا

- ملققة كخميرة من خميرة الخبز
كأمر كخمير من الماء الدافئ

للصغير

ملفقه حسب الذوق أنظر
الصحة 2 و 3 و 4

لاذنه من الدقيق الأبيض

- نصف كيلو من سمك المزلنا الصغيرة

نصف كيلو من سمك الخبز كلفان

- نصف كيلو من سمك القفرون

نحو القلي

1 غ من الدقيق الأبيض

نصفه ملح و إبرر



أسماك مقلية *Friture de poissons*

- ملعقة كبيرة من الزيت

- فلفل ثوم مفصول

- ملعقة صغيرة من الزبد البارد

معدن

الفاصل

الزبد الأسود

معدن البصل أو صلصة حسنة

الأسماك الطرية الصغيرة

بصلة كبيرة من لحم

حشوة كبد من السمور

بصلة كبيرة من سمور السمور

بصلة كبيرة من سمور السمور

معلقة كبيرة من عصير الليمون

بصل

لحم سمور في الزيت الساخن

يد اليمنى

طريقة التحضير

نقطع الحبار في دوائر نرشها بالملح و نكسوها جيداً بالقليل الأبيض، كل دائرة على حدة، نطبخها في حمام زيت ساخن مدة 3 دقائق فقط. لا نترك الحبار يتكلى حتى يفسد، ونبريده في القلاء إذ يستمر طهيها بهزارة الزيت بساطعة، نضعه على ورق التشنيق لنسحب الزيت

في مقلاة، نطبخ القمح مع ملعقة كبيرة من الزبد أو الزم، الملح و الزبد (مضغوط بين اليدين) نطبخ نقلاء و نترك القمح يطهى مع تحريك من حين لآخر لمدة 10 دقائق

نفرغ بطن سمك الحبار، نغسلها و نغسلها ثم نرشها بالملح، نزيل جلد سمك السمور و نرشها بالملح، نكسو هذه الأسماك بالقليل الأبيض ثم نطبخها في حمام زيت ساخن من الجهتين إلى أن يفسد نضعها على ورق التشنيق لنسحب الزيت



نضع السمك في ماء بارد و نغسله جيداً، نرشها بالملح و نكسوها بالقليل الأبيض، كل دائرة على حدة، نطبخها في حمام زيت ساخن مدة 3 دقائق فقط. لا نترك الحبار يتكلى حتى يفسد، ونبريده في القلاء إذ يستمر طهيها بهزارة الزيت بساطعة، نضعه على ورق التشنيق لنسحب الزيت

ميرلا مقلية

كجلو و نصف من نصف الميرلا الصغير
ملح و ابر
ماء من كبيرة من عصير الخامض
لأفنة موسطلة من الخبث
- بعد نصف
السرمانية
- نصف من كبيرة من القير و البصموس

- نصف ملعقة صغيرة من الملح
- ملعقة صغيرة من السمجورة
- ملعقة صغيرة من الكفون
ملحقة كبيرة من النهم النهرين
عصير نصف سمجورة
- نصف كاس من خلط زيت المائدة
و زيت الزيتون

طريقة التحضير

نحضر ميرلا واحدة و نبرر بالخلط نصف من ميرلا في طبقا من الطير

الطريقة الأولى : (ميرلا خامسة) (mirian en colero)

ننما نبرر واحدة و كاس من برسة نصفه كمره من عصير
نحضر نصف من على شكل دائري من سمجورة نصفه نصفه
في قعره نكسوها بالخبث و نطبخها في حمام زيت
ساعات من الجهن، نبررها و نصفها على ورق التشفيف
ننثرب الزيت ثم نصفها في طبق التقديم مع قطع من
نحضر

الطريقة الثانية (ميرلا ثمانية)

لصغير السمجولة نطبخ في الماء كلاس من القير و البصموس، الملح
نحضر نكسوها يوم عصير النهم من سمجورة
نحضر

نحضر الميرلا في السمجولة نطبخ دقائق ثم نكسوها
بالخبث و نطبخها في حمام زيت ساعات من جهن
نصفيها على ورق التشفيف ثم نصفها في طبق التقديم
مع قطع من النهم

طريقة الثالثة (ميرلا جديدة)

ميرلا النهم للميرلا مع الاحتفاظ برأس، نضع السمك على
بخنها و نطبخها بالخلط نصف من الرأس، نرشها بالملح الإبراز
و ملحقة كبيرة من عصير نحضر
نصف كل نصف على شكل خمرين و نكسوها بالخبث
نطبخها ثم نكسوها بالخبث و نطبخها في حمام زيت ساعات
من جهن، نضع السمك على ورق التشفيف لنثرب
الزيت ثم نصفها في طبق التقديم

نقدم السمك مرفوقا بطبخها حسب الدول (نظر الصفحين 52 و 63)

أنشوبة محلله

كلغ من صنف الأنشوبة
يصف لير من راب المائت
مستخلص كبريتات من عصب خالص
مستخلص كبيرة من صنف

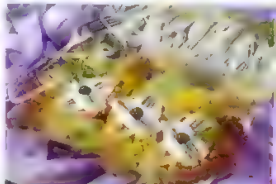
ملاكو كسرة من خا
أ موصوف بود موصوفه
بصفر حاصصة
فلين من لوان الموصوف

طريقة التحضير

نفسر سعد الأنشوبة بمرارة من رير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة

نفسر لير من صنف الأنشوبة بمرارة من رير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من صنف الأنشوبة بمرارة من رير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من صنف الأنشوبة بمرارة من رير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة

نفسر لير من صنف الأنشوبة بمرارة من رير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة



سمك بالملحة الحية

سمكة من رير كلغ من صنف
كلغ من الملح السمك
نفسر لير من راب المائت
نفسر لير من راب المائت

نفسر لير من راب المائت
نفسر لير من راب المائت
نفسر لير من راب المائت

طريقة التحضير

نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة



نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة

نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة
نفسر لير من راب المائت و صوك حصفه في ثلثه من مستكة



سمك السردين مشوي في الفرن

تحتاج كيلو من سمك السردين
ملحقلار كبيرتان، زيت زيتون
نصف حبة فلفل

طريقة التحضير

غسل سمك السردين في ماء بارد، ونزعه من الماء، ونجفاه في الشمس قليلاً.



نضع الزيت في إناء عميق، ونضع فيه السمك، ونجفاه في الفرن لمدة 20 دقيقة، ثم نخرجها.

نقدمها ساخنة مع خبز أو سلطة.



فصان سمك السردين

تحتاج كيلو من سمك السردين
ملحقلار كبيرتان، زيت الزيتون
نصف حبة فلفل
نصف حبة فلفل
فصان يوم موزون
نصف حبة فلفل

طريقة التحضير

غسل سمك السردين في ماء بارد، ونزعه من الماء، ونجفاه في الشمس قليلاً. ونضع كل سمكة في إناء عميق، ونجفاه في الفرن لمدة 20 دقيقة، ثم نخرجها.

نضع الزيت في إناء عميق، ونضع فيه السمك، ونجفاه في الفرن لمدة 20 دقيقة، ثم نخرجها. ونضع كل سمكة في إناء عميق، ونجفاه في الفرن لمدة 20 دقيقة، ثم نخرجها. ونضع كل سمكة في إناء عميق، ونجفاه في الفرن لمدة 20 دقيقة، ثم نخرجها.



سمك محشو بالملح

سَمَكَةٌ مِنَ الْوَدِّ كَنْجٌ وَ بَسْمٌ مِنَ السَّحَابِ
 قَرْنٌ خَدٌّ
 مَيْدَعَةٌ كَبِيرَةٌ مِنَ الْوَدِّ
 وَدٌّ الْأَسَدُ
 قَسَمُودٌ
 طَبَقَةٌ تَقَعُ فِيهِ
 مَسَدٌ تَقَعُ فِيهِ
 حَمْدٌ تَقَعُ فِيهِ
 مَسَلَاكٌ كَبِيرَةٌ مِنَ الْوَدِّ
 حَمْدٌ مِنَ الْوَدِّ
 مَسَدٌ مَعُونَةٌ
 مَسَدٌ الْمَصْفُوحَةُ
 أَنْظَرُ الْمَصْفُوحَةُ
 مَسَدٌ
 الْمَصْلَعُ الْفُصِّي
 مَسَدٌ حَمْدٌ مِنَ الْوَدِّ الْأَعْيُنُ الْمَصْلَعُ

نُفَرِيَايَا يَهِيَا يَهِيَا

[illegible]

بقلمه ظهور اسمفکه تسکری جا نور، قلمها بر خطه
 اندر نه نگر، خطی اندر اسود و آینه‌ها بر
 سطحها خیز و بارها انصاف

خطت اسفندگانه خطت و مرز

في ١٢ تموز، استقبلت بعثة كندية من جامعة
الاسكندرية وادخلت بداعي استراحة
الاعتماد في ١٢ تموز. عدد 30 بعثة مقرها

تطابقهم على الجواب، ويؤيد بطلان فرضي و سرطاني التفاضل نفس

سمك بالبسباس

- حلتان بصل
- ملحقة كبيرة من الزيت
- ملح و إبرة
- 750 غ من قطع السمك
- نصف كيلو من البسباس
- ملحقة كبيرة و نصف من الزبدة
- كأس صغير من الماء
- قليل من الزعفران
- للتقديم :
- البقدونس المفروم



طريقة التحضير



تقشر البصل، نغسله، نلغظه إلى شرائح رقيقة و نحمره في مقلاة مع الزيت، الملح و الإبرار.



نضع البصل في انية قرن ثم نصف قطع السمك.



تقشر البسباس، نغسله و نلغظه إلى أربعة، نصفه في الجوانب مع السمك و نلغك بالملح و الإبرار.



نضع قطع الزبدة من القوي، نخلط الماء مع الزعفران ثم نلغ مقدار كأس صغير في الانية، نلغظها إلى القرن لمدة نصف ساعة.

قبل التقديم نزين هذا الطبق بالبقدونس المفروم.

بلح البحر بالطماطم

- نصف كيلو من بلح البحر (les moules)
- ملعقتان كبيرتان من البصل المفروم
- ملح و إيزار
- ورقتان صيدنا موسى
- 4 فصص ثوم مهروس
- 4 ملاعق كبيرة من زيت الزيتون
- 3 حبات من الطماطم
- ملعقة كبيرة من مركز الطماطم
- كأس شاي من الماء
- ملعقة كبيرة من البقدونس المفروم



طريقة التحضير:



نغسل بلح البحر، نزيل له الشعيرات بسكين ثم نحمكه بالفرشاة جيدا. نقسله و نضعه في انية بها ماء ملح ليزال منه الرمل.



نغسله مرة أخرى و نضعه في كاسرول ثم نصفي له البصل المفروم، الملح، الإيزار، ورقتي صيدنا موسى وكاسين كبيرين من الماء. نتركه ليغلي لمدة 10 دقائق حتى يفتح. نصفيه و نفصل اللحم عن الصدف.



في طنجرة، نحمر الثوم المفروم مع زيت الزيتون. نغسل الطماطم، نقشرها و نقطعها إلى مربعات صغيرة ثم نصفيها إلى الطنجرة، نحرك قليلا مع إضافة الملح و الإيزار ثم نترك الطماطم تتبخر قليلا. نخلط مركز الطماطم مع الماء و نضبه في الطنجرة ثم نحرك و نرش البقدونس المفروم.



نضيف بلح البحر المقتثر ثم نغطي الطنجرة و نتركها على نار هادئة لمدة 20 دقيقة تقريبا، يقدم ساخنا كمقبل.



صلصة المايونيز

المقادير:

- بيضتان
- ملح
- ملعقة كبيرة من الخل
- كأس كبير من الزيت
- إخراج هذه الصلصة رهن بمرحلة حرارة البيض، يجب أن تخلط دودة حرارة الزيت، لذلك يستحسن إخراج البيض من الثلاجة على الأقل ساعة قبل الإستعمال

طريقة التحضير:

في طجان كهربائية، نخلط البيض مع الملح، الخل و ملعقة كبيرة من الزيت لمدة دقيقة، بعد ذلك نضيف الزيت بالتدريج مع الاستمرار في الخلق إلى أن نثقل الصلصة. تستعمل بصلصة المايونيز في غلية محكمة الإغلاق و نضعها في التلاجة إلى حين استعمالها.



صلصة البيض

المقادير:

- أصغر بيضة
- 4 قسوم ثوم مفرومة
- ملح و إززار
- ملعقة كبيرة من عصير الفاصول
- كأس كبير من الزيت
- ملعقة صغيرة من الماء
- الساقن

طريقة التحضير:

بالطراب اليدوي نخلق جيدا أصغر البيض مع الثوم المفروم، الملح، الإززار، عصير الفاصول و ملعقة كبيرة من الزيت، نضيف باقي الزيت تدريجيا حتى نثقل الصلصة ثم نضب الماء و نخلط جيدا. نقدم هذه الصلصة مع طبق من السمك.



صلصة العطرطار

المقادير:

- زلانة صغيرة من صلصة المايونيز
- ملعقة صغيرة من الثوم
- 4 حبات من الفشار الصغير
- الفلفل و الفلفل
- ملعقة صغيرة من البقدونس المفروم

طريقة التحضير:

نخلط صلصة المايونيز مع الفلفل، الفشار المحمك و البقدونس المفروم ثم نقدم الصلصة مع أسماك مقوية أو مشوية.



صلصة الألوكة

المقادير:

- حبة ألوكة مفشرة و مقطعة
- حبة بصل صغيرة مقطعة
- ملعقة صغيرة من عصير الفاصول
- ملح
- قليل من الصلصة الحارة

طريقة التحضير:

نطحن في طجان كهربائية كلا من قطع الألوكة، البصل، عصير الفاصول، الملح و الصلصة الحارة حتى تتجانس جميع العناصر ثم نقدم هذه الصلصة مع الأسماك الثقيلة أو سلطة بالسك.



صلصة الثوم

المقادير:

- زلانة صغيرة من المايونيز
- فصان ثوم مهروسان
- قليل من الهريسة



طريقة التحضير:

في إناء صغير، نخلط كلا من المايونيز، الثوم و الهريسة. نضع الصلصة في التلاجة لمدة 15 دقيقة تقريبا ثم نقدمها.



صلصة الدلسية

المقادير:

- زلانة من المايونيز
- ملعقة كبيرة من صلصة الكetchup
- ملعقة صغيرة من الفلفل الحار
- قليل من الهريسة



طريقة التحضير:

في إناء صغير، نخلط جيدا كلا من المايونيز، صلصة الكetchup، الفلفل الحار و الهريسة ثم نقدم هذه الصلصة حسب الذوق مع أطباق السمك.



سنجدون في
هذا الكتاب



الفهرس

| | | | |
|----|----------------------------|----|---------------------------|
| 39 | حساء بالسمك | 3 | أرثان حيرة السمك بالكمون |
| 40 | حساء صيني | 4 | أرثان برق السمك |
| 42 | شوشون بالسمك | 6 | محشية خالصة |
| 44 | كوبرات السمك بالبطاطس | 8 | شرائح السمك بالحضر |
| 46 | التيمر السمك الصينية | 10 | بيني السمك |
| 48 | سمكات بالظون | 12 | أسماك مقفلة |
| 50 | كفتة القصرن و الفريلا | 14 | ميرلا مقفلة |
| 52 | قضان السمك بصلصة الصويا | 16 | أشوية مخلقة |
| 54 | قضان السمك بصلصة الخماض | 17 | سمك بالصلصة الحارة |
| 56 | سمك بالصلصة الطرية | 18 | سمك الصردين مشوي في الفرن |
| 58 | سمكة بصلصة الطماطم و الثوم | 20 | قضان سمك المورين |
| 60 | قصرين بصلصة الطماطم | 21 | سمك مشوي بالفلفل |
| 62 | البرايلا | 24 | سمك بالكمون |
| 64 | أرثان شرائح السمك | 26 | فلح البحر بالبطاطس |
| 66 | أرثان بالكمون و الفلفل | 28 | صلصة الحاريز |
| 68 | حبار مشوي بالآر | 30 | صلصة البندج |
| 70 | سمك برقائق اللحم | 32 | صلصة الطرقات |
| 72 | لحاف سمك الجمول بالكمون | 34 | صلصة الألوكة |
| 74 | كفتة الفريلا بالآر | 36 | صلصة اللحم |
| 76 | أرثان بالسمك و الحضر | 38 | صلصة أرثان |